Meddelelser fra
Dansk Svømme-Forbund

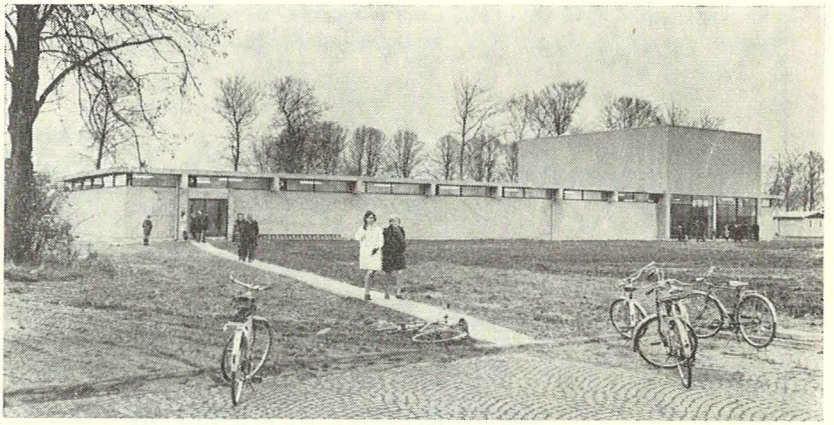
6

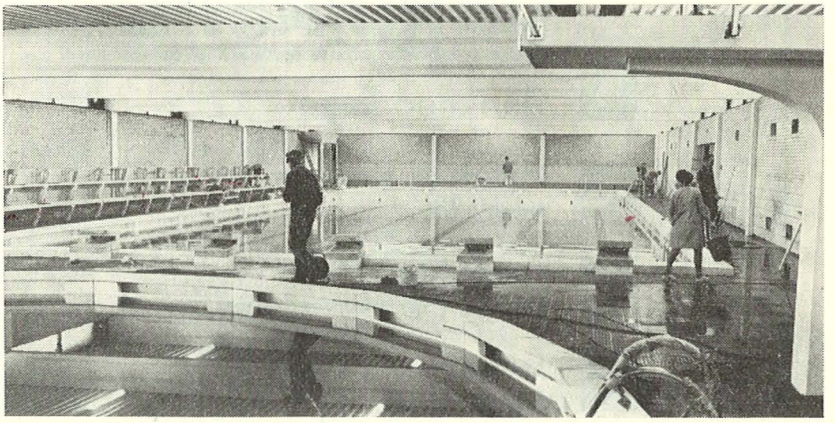
DECEMBER 1969 . 29. ÅRGANG

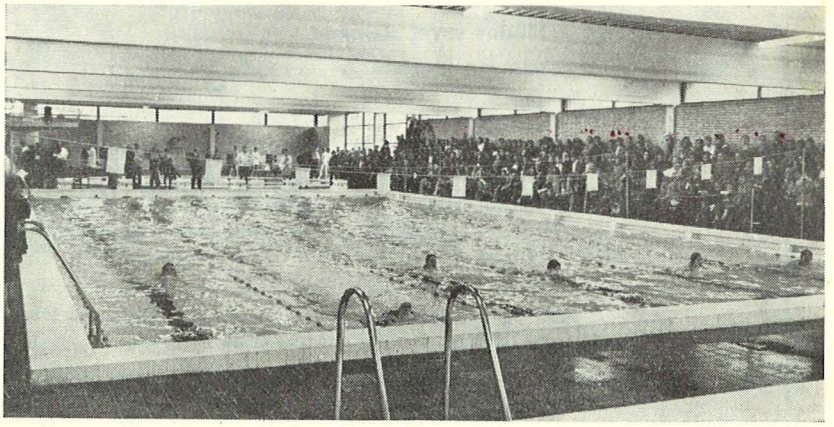
SVØMMESPORT

INDHOLD

Resultatet af Nordisk Folke-landskamp 1969
Aldersklassesvømning
Vandpoloreglerne efter 1. januar 1970
Åbningsstævne i Ringsted
Dansk triumf i synkro-landskamp
Don Gambrils trænings-principper
Danske rekorder pr. 31. december 1969
Foreløbig terminsliste 1970
Meddelelse fra DIF om østtyske sportsfolks rejse til Danmark
Forbundets adresseliste







På denne montage ses øverst Ringsteds nye svømmehal fra syd (hovedindgang mod nord) nogle dage før indvielsen — derunder hallens indre set fra spring-bassinet mod vest ned over de andre bassiner — og nederst et snapshot fra åbningsstævnet den 16. november med godt og vel fuldt hus. — Læs nærmere om denne nye hal på side 4.

Meddelelser fra Dansk Svømme-Forbund under DSLF og DIF

SVØMMESPORT

NUMMER 6 . DECEMBER 1969 . 29. ÅRGANG

Redaktion: Fuldmægtig, cand. jur. Otto Johansen (ansvarhavende), ekspeditionssekretær Frede Borre og fabrikant Frode Foldager. — Udkommer 6 gange årligt, normalt i sidste halvdel af hveranden måned, og tilsendes forbundets unioner og disses foreninger samt ekstraordinære medlemmer. Medlemsskab tegnes ved indbetaling af årskontingentet, kr. 12,00 til DSFs kasserer, Willy Brunghart, Sandviggaardsvej 5, 3400 Hillerød, postgiro 5 77 70. — I tilfælde af adresseforandring eller udeblivelse af bladet sker henvendelse til det stedlige postkontor. — Tryk: Ringsted ny Bogtrykkeri.

Nordisk folkelandskamp

For syvende gang afholdtes i 1969 en folkelandskamp mellem de 5 nordiske lande, hvor to procenttal danner beregningstallet som endeligt facit af fremgangen i hvert land siden den seneste folkelandskamp for 3 år siden.

Denne folkelandskamp har været afholdt hvert 3. år siden 1951 og med skiftende held for de 5 nordiske lande. Distancen, som skal svømmes, er 200 m fri svømning, og det er beskæmmende at se, hvor ringe en procentdel af Danmarks befolkning, som deltager og derved beviser, at de kan svømme. Et skøn over resultaterne hidtil synes at vise, at vi danske på skolesvømningens område enten ligger langt tilbage, eller at de danske skolers ledere ikke som i de øvrige nordiske lande går ind for at vise, hvor stor en del af skolernes elever der kan svømme de 200 meter.

Kong Frederik IX havde til landskampen 1969 udsat en smuk sølvpokal til vinderen, og som det vil ses af nedenstående blev FINLAND vinder, medens Island atter viste, at sagaøen er Europas »simkunnigste« nation med 22 pct. af den samlede befolkning, som har aflagt årets svømmeprøve. Finland, Norge og Sverige har henholdsvis 5,22, 5,70 og 7,19 pct., medens Danmark beskedent ligger på 1,4 pct.

Resultatoversigten for 1969 ser således ud:

FINLAND: Bestående 200 m prøver i 1969: 245.220
i 1966: 125.400
Fremgang.. 119.820
Procent af befolkningsantal... 4.699.000

Fremgang i procent i forhold til 1966:
$\frac{100 \times 119.820}{125.400} = 95{,}55$
$\frac{100 \times 245.220}{4.699.000} = 5{,}22$
Points.. 100,77

SVERIGE: Bestående 200 m prøver i 1969: 571.000
i 1966: 306.485
Fremgang.. 264.515
Procent af befolkningsantal... 7.941.600

Fremgang i procent i forhold til 1966:
$\frac{100 \times 264.515}{306.485} = 86{,}30$
$\frac{100 \times 571.000}{7.941.600} = 7{,}19$
Points.. 93,49

NORGE: Bestående 200 m prøver i 1969: 218.861
i 1966: 141.567
Fremgang.. 77.294
Procent af befolkningsantal... 3.834.800

Fremgang i procent i forhold til 1966:
$\frac{100 \times 77.294}{141.567} = 54{,}60$
$\frac{100 \times 218.861}{3.834.000} = 5{,}70$
Points.. 60,30

ISLAND: Bestående 200 m prøver i 1969: 44.496
i 1966: 32.836
Fremgang.. 11.660
Procent af befolkningsantal... 202.200

Fremgang i procent i forhold til 1966:
$\frac{100 \times 11.660}{32.836} = 35{,}51$
$\frac{100 \times 44.496}{202.200} = 22{,}00$
Points.. 57,51

DANMARK: Bestående 200 m prøver i 1969: 68.616
i 1966: 55.970
Fremgang.. 12.646
Procent af befolkningsantal... 4.878.400

Fremgang i procent i forhold til 1966:
$\frac{100 \times 12.646}{55.970} = 22{,}60$
$\frac{100 \times 68.616}{4.878.400} = 1{,}40$
Points.. 24,00

Landsforeningen DUKA-SVØMs ledelse og Dansk Svømme-Forbund bringer vor bedste lykønskning til Finland og det finske svømmeforbund i anledning af denne strålende sejr. — Aldrig i Nordisk Folkelandskamps historie har der været så fantastisk et arrangementsapparat i sving: Skoler, foreninger, civile svømmeskoler, handelsflåden og alle militære enheder har efter det oplyste været interesseret i Finland, Norge og Sverige, medens man i Island som tidligere har purret hele ungdommen og alle voksne, der kan svømme, ud til prøverne.

Vi i Danmark er uforståeligt langt fra de øvrige nordiske lande i det procentvise antal af befolkningen, som har aflagt prøven over 200 m fri svømning. Og det er nok ikke alene folkeskolerne, som bærer skylden — også en lang række af Dansk Svømme-Forbunds egne foreninger undlader at interessere sig for deltagelse og prøvearrangement. Der må ske en ændring, hvis vi fortsat skal gå ind for disse Nordiske Folkelandskampe hvert tredje år.

DUKA-SVØMs prøveudvalg.

Aldersklassesvømning 1970

Landsforeningen DUKA-SVØMs forretningsudvalg har på et fællesmøde med Ekstrabladets redaktion besluttet, at der i tiden mellem 1. marts og 30. april afholdes indledende svømmearrangementer overalt i Danmark, hvor de lokale arrangører anmodes om at holde åbent hus for alle piger og drenge, som tilmelder sig til svømmeprøverne i de respektive aldersklasser:

I. for deltagere født 1959 eller senere.
II. for deltagere født 1957 eller 1958.
III. for deltagere født 1955 eller 1956.

De bedste fra disse indledende svømninger går videre til AMTSFINALER, der afvikles mellem 15. og 31. maj — og de bedste herfra går endelig til LANDSFINALERNE, som afholdes i *Århus nye Svømmestadion* den 13. og 14. juni 1970.

Darmstadt Schwimm- und Wassersport-Club 1912

har meddelt, at foreningen holder sin årlige internationale ungdomssvømning den 11. og 12. juli 1970, opdelt i aldersklasserne født 1954, 1955, 1956, 1957, 1958 og 1959, men der stilles ret hårde krav med hensyn til opnåede tider for optagelse på startliste, og alle rejse- og opholdsudgifter er for egen regning for den forening, som ønsker at deltage. Nærmere oplysninger kan fås enten ved henvendelse til Dansk Svømme-Forbund. 2900 Hellerup, eller til den indbydende tyske klub, hvis adresse er: DSW 1912 Darmstadt, Helmut Kempf, Gutenbergstrasse 22, 6100 Darmstadt, Vesttyskland.

ÅBNINGSSTÆVNE I RINGSTED

Ringsteds nye svømmehal blev indviet lørdag den 15. november, og hermed menes der at være vist vej ud af mange kommuners svømmehals-problemer. Alle udgifter inclusive — anlæg af parkeringspladser, omdimensionering af fjernvarmeledninger m. v. medregnet — står byggeriet i 2,3 mill. kr., og ministeriets embedsmænd, der besigtigede hallen, var enige om at lykønske Ringsted med denne nyanskaffelse. Det er den første hal af sin art her i landet, og de detailler, der ønskedes ændret, bliver allerede rettet i den næste hal, firmaet Akvabyg opfører i Holme-Tranbjerg ved Århus. Det er ingen prestigehal, men en yderst anvendelig brugshal med tre bassiner — et undervisningsbassin på 7×12½ m med 90 cm vand, et 25×12½ m konkurrencebassin med fra 1,20 til 1,80 m vand og et cirkulært springbassin med 3,80 m vanddybde og springanordninger på 1, 3 og 5 m. Der er 200 tilskuerpladser, og endvidere kan det anføres, at der med speciel tanke for centerskolen i Ringsted (fælles for Sorø og Holbæk amter) er anskaffet to specielle lejdere for handicappede, så også disse børn kan få glæde og gavn af hallen.

Til åbningsstævnet om søndagen, arrangeret af Ringsted og Omegns Svømmeklub, var der mere end fuldt hus, og godt et hundrede gik forgæves. Stævnet fik et udmærket forløb med kvik afvikling af de tretten løb. Udover svømmeløbene var der udspringsopvisning ved de tre lokale sjællandsmestre, søskendeflokken Ane, Søren og Hans Lyngsgaard, mens TIIs nordiske mestre gav en imponerende sikker opvisning i synkrosvømning med programmet fra den nordiske fire-landskamp.

Resultaterne blev i øvrigt:

100 m brystsvømning, damer: 1) Winnie Nielsen, TII, 1.25,6; 2) Anne Eksten, Tåstrup, 1.26,0; 3) Anne-Marie Sørensen, Roskilde, 1.34,4.

100 m brystsvømning, herrer: 1) Erik Hansen, Roskilde, 1.21,1; 2) Jes Lawes, Vordingborg, 1.22,3; 3) Ib Nielsen, Ugerløse, 1.28,0.

100 m rygcrawl, damer: 1) Susanne Petersen, Vordingborg, 1.17,4; 2) Kirsten Rasmussen, Roskilde, 1.27,0; 3) Gitte Andersen, Tåstrup, 1.28,6.

100 m rygcrawl, herrer: 1) Boye K. Kristensen, Roskilde, 1.19,8; 2) Jan Hansen, Vordingborg, 1.21,6; 3) Peter Nielsen, Roskilde, 1.22,3.

100 m butterfly, damer: 1) Susanne Petersen, Vordingborg, 1.26,2; 2) Annette Hansen, Tåstrup, 1.35,9; 3) Aase Nielsen, Ugerløse, 1.45,4.

100 m butterfly, herrer: 1) John Meizner, Roskilde, 1.09,0; 2) Boye K. Kristensen, Roskilde, 1.19,3.

100 m crawl, damer: 1) Susanne Petersen, Vordingborg, 1.10,8; 2) Vivian S. Nielsen, TII, 1.11,8; 3) Iben Hansen, Tåstrup, 1.21,4.

100 m crawl, herrer: 1) John Meizner, Roskilde, 1.03,7; 2) Boye Kjær Kristensen, Roskilde, 1.05,4; 3) Poul Erik Petersen, Vordingborg, 1.05,5.

4×50 m crawl, damer: 1) TII 2.10,0; 2) Tåstrup IK 2.27,8; 3) Ugerløse 2.37,3; 4) Roskilde 2.39,2.

Bemærk venligst, at Dansk Livredningsforbund har skiftet adresse til:

Bengtasvej 6,
2900 Hellerup.

Telefonnummeret er samtidig ændret til:
(01 - 33) HElrup 78 84.

Vandpolo-turneringens første halvdel

Med en sejr på 12—4 over Poloklubben af 1908 i den sidste kamp i første halvdel af danmarkturneringen i vandpolo (DIM) sørgede Kolding Svømmeklub for temmelig overraskende at kunne holde jul på førstepladsen.

Inden sidste halvdel af turneringen — se planen for kampene på side 7 i nærværende nummer af bladet — er stillingen denne:

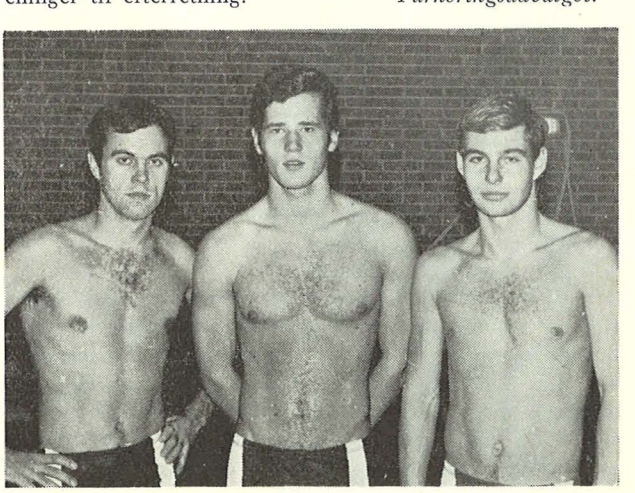
Kolding	6	46—29	11
Frem Odense	6	56—29	10
Triton	6	34—17	8
OSLF	6	35—34	7
P08	6	33—48	3
Hermes	6	28—50	2
USG	6	9—35	1

USGs sidsteplads har sin årsag i, at holdet er blevet frataget adskillige points, efter at holdets målmand blev erklæret for professionel. Senere har han dog genvundet sin amatørstatus og kan deltage i turneringens sidste halvdel.

Vandpoloreglerne efter 1. januar 1970

Det internationale svømmeforbunds bureau godkendte på sit møde i San Remo den 25. september de af det internationale vandpoloråd indstillede nye regler, som vi herhjemme er kendt med og har udsendt i fortryk til vandpolospillende klubber. Dog havde vort turneringsudvalg, da de nye regler først skulle prøves i forskellige store vandpolonationer, undladt at anvende 45-sekunders reglen i vinterturneringens første halvdel.

Nu har FINA altså endelig vedtaget de nye regler — også med anvendelse af 45-sekunders reglen, og den komplette tekst for de nye regler er lovet tilsendt alle nationer inden udgangen af 1969, således at det skulle være muligt for vort forbund at få gennemgået den fulde tekst, få den hurtigt optrykt i nyt oplag og få et eksemplar udsendt til alle foreninger til efterretning. *Turneringsudvalget.*



USG har for tiden blandt sine elitesvømmere tre Nielsen'er, der for nylig ved en start i Vestberlin blev »mistænkt« for at være i familie med hinanden. Fra venstre Vagn, Erik og Michael.

Dansk triumf i synkro-landskamp

Lørdag den 25. oktober havde Norges Svømmeforbund inviteret til nordisk fire-landskamp i synkroniseret svømning, omfattende 1 hold, 2 duetter og 2 soli. Norge, Sverige og Danmark stillede med fuldt hold, medens Finland kun deltog med 2 soli og 1 duet.

Konkurrencen fandt sted i den nye Nadderudhal lige uden for Oslo og blev som de tidligere gange vundet meget sikkert af de danske piger, der alle var fra TII, København. Kun i solo måtte vi ned på 2.- og 3.-pladsen, da Norge her var repræsenteret af den tidligere hollænderinde og uofficielle europamester gennem mange år Hetty Balkenende, der nu er norsk gift og hedder Svensson. Hun har efter et par års stilstand kun trænet få måneder, men vandt de obligatoriske øvelser og solokonkurrencen, sidstnævnte i en fantastisk sikker udførelse, og hun vil utvivlsomt igen kunne blive Europas bedste, når hun stiller op til det næste internationale stævne, der bliver den 14.—15. marts næste år i København, arrangeret af TII i anledning af foreningens 50-års jubilæum.

Slutresultat af denne nordiske 4-landskamp blev, at Danmark opnåede i alt 439,13 points foran Sverige, der fik 406,19, og Norge med 379,89 p.

De fem obligatoriske øvelser, der blev udtrukket, var: Enkelt balletben, Kontradelfin med bøjet knæ, Baglæns overslag, Kontratrane, og Baracuda med baglæns salto og halvt spin — og resultaterne af disse øvelser blev:

1.	Hetty B. Svensson, Norge	57,27 p.
2.	Kirsten Foldager, Danmark	55,07 p.
3.	Lillan Madsen, Danmark	54,97 p.
4.	Bente Hemcker, Danmark	54,05 p.
5.	Marianne Bengtsson, Sverige	53,48 p.
6.	Anette Eriksson, Sverige	53,43 p.
7.	Jette Kildentoft, Danmark	50,27 p.
8.	Ulla Turpeinen, Finland	50,17 p.
9.	Anna-Carin Alvén, Sverige	49,82 p.
10.	Annika Skjöldevald, Sverige	48,55 p.
11.	Annika Lind, Sverige	47,80 p.
12.	Eva Björklund, Sverige	46,87 p.
13.	Nina Aas, Norge	43,78 p.
14.	Tarpa Härkönen, Finland	42,85 p.
15.	Liv Staib Mangset, Norge	42,57 p.
16.	Åse Skaslien Nielsen, Norge	40,93 p.
17.	Mette Mangset, Norge	35,53 p.

Den danske reserve Ulla Bech klarede sig fint og kom midt i feltet med 49,45 p.

SOLO (obligatoriske øvelser + fri = slutpoints):

1.	Hetty B. Svensson, Norge	57,27+42,50	= 99,77
2.	Kirsten Foldager, Danmark	55,07+35,00	= 90,07
3.	Lillan Madsen, Danmark	54,97+33,33	= 88,30
4.	Marianne Bengtsson, Sverige	53,48+30,83	= 84,31
5.	Anette Eriksson, Sverige	53,43+29,16	= 82,59
6.	Ulla Turpeinen, Finland	50,17+29,00	= 79,17
7.	Liv Staib Mangset, Norge	42,57+31,67	= 74,24
8.	Tarja Härkönen, Finland	42,85+25,83	= 68,68

Uden for landskampen:

	Bente Hemcker, Danmark	54,05+30,83	= 84,88
	Harriet Nordquist, Sverige	53,00+27,50	= 80,50

DUO:

1.	Kirsten Foldager / Lillan Madsen, Danmark	55,02+34,16	= 89,18
2.	Marianne Bengtsson / Anette Eriksson, Sverige	53,46+30,83	= 84,29
3.	Bente Hemcker / Jette Kildentoft, Danmark	52,16+31,67	= 83,83
4.	Eva Björklund / Anna-Carin Alvén, Sverige	48,34+27,50	= 75,85
5.	Ulla Turpeinen / Tarja Härkönen, Finland	46,51+26,67	= 73,18
6.	Liv Staib Mangset / Åse Skaslien Nielsen, Norge	41,75+26,67	= 68,42
7.	Mette Mangset / Nina Aas, Norge	39,65+25,00	= 64,65

HOLD (kvartet):

1.	Danmark	53,59+34,16	= 87,75
2.	Sverige	50,82+28,33	= 79,15
3.	Norge	46,14+26,67	= 72,81

Efter konkurrencen bød Norges Svømmeforbund på en hyggelig sammenkomst med middag i svømmehallens restauration, og det danske hold overraktes for sejren NSFs præmie — en flot tinvase med inskription og forbundets emblem i guld. Til alle deltagerne var der en teske med forbundets emblem. Fra det finske forbund modtog vi en glassvane — og fra svenskerne en svær krystalvase med simförbundets store og flotte mærke — en gave-, som vi i lighed med nordmændene agter at udsætte i det første juniormesterskab, som afholdes i 1970.

De danske piger havde skillinget sammen til en porcelænsplatte, som overraktes den norske synkroleder Inger Nordbø som en lille tak for hendes indsats for at skaffe dem indkvartering — og hvormed hun muliggjorde det danske landsholds deltagelse i landskampen — som oven i købet gav dansk svømning årets første — og eneste — landskampsejr.

Om søndagen var der arrangeret en interessant og vellykket sight-seeing i Oslo og omegn, begunstiget af det fineste vejr. *Bue.*

Fire dygtige TII-piger: fra venstre Kirsten Foldager, Ulla Bech, Lillan Madsen og Bente Hemcker.

Don Gambril om trænings-principper

Det må vel altid have interesse at erfare, hvad en anerkendt træner har at sige om træning af elitesvømmere, og derfor bringer vi i uddrag fra »Simsport« en artikel, der oprindelig blev bragt i »The International Swimmer«, der som redaktør har John Dewitt, olympisk vinder i 1960.

Indledningsvis anfører Don Gambril to faktorer som de væsentligste årsager til amerikansk svømnings fantastiske fremgang i de seneste år:

a) Aldersklassesvømningen.
b) Kravtider ved de nationale mesterskaber.

For så vidt angår punkt a) har USA her den basis, der bygges på, og det vil altid gælde, at jo bredere basis, man har, desto højere og bedre top kan man få.

Punkt b) kom frem ved en tilfældighed, idet man i 1961 følte sig nødsaget til at begrænse deltagertallet ved mesterskaberne ved som kvalifikationstid at opstille den tid, der det foregående år var blevet opnået af nr. 24. Herigennem er standarden blevet højnet lidt efter lidt, f. eks. i 100 m crawl for herrer fra 59,0 i 1961 til 56,2 i 1967. I 1961 var kvalifikationstiden i 400 m medley for herrer 5.45,0 — i 1967 var den 5.40 — for damer!

Som individuelle forudsætninger for, at den enkelte svømmer kan nå eliteklassen, nævner Don Gambril:

1) Teknik.
2) Styrke.
3) Naturlige anlæg.
4) Sjælelig styrke og mod.

Hans filosofi er at arbejde så hårdt med svømmeren som muligt — men hele tiden have i tankerne, at svømning skal være morsomt. Individuelle forskelle akcepteres i hans gruppe. Visse svømmere kan kun gennemføre et begrænset arbejde. De kan ikke klare et stort antal gentagelser, men kan alligevel blive gode sprintere. Sådanne svømmere kan blive vanskelige i samarbejdet inden for gruppen, men gruppen og træneren må lære at akceptere også denne kategori svømmere. Da han betragter det som sjæleligt nedbrydende for en svømmer at vide nøjagtigt, hvad han skal træne dag for dag i en lang periode, får han først at vide dagen før, hvad han skal træne den næste, og Gambril skriver aldrig et helt program ned ved sit arbejdsbord, men har desuagtet stadig endemålet i tankerne.

Træningsprogrammet

Herom fortæller han, at han fra midten af september bruger 8 uger til tekniktræning — to uger til hver svømmeart, 5×1 time pr. uge og i forlængelse af tekniktræningstimen yderligere 1 time til almen træning. Hans arbejde med teknik indeholder alle slags øvelser, og han søger hele tiden efter nye metoder at videregive sin viden på. I november medtager han øvelser på land i træningen, en halv time forud for svømmetræningen, og nu skal samtlige i gruppen deltage mindst 5 gange om ugen. Fra december til og med marts gøres det egentlige arbejde, og der svømmes hver dag med 1. juledag som den eneste undtagelse! Hvor en sådan træningsintensitet gav vanskeligheder i skolearbejdet, indrømmede han dog et par dages frihed fra svømningen. Hans svømmere træner 3000 yards om morgenen og 4500 yards om eftermiddagen plus træningen på land. Mod ugens slutning sætter han den samlede distance op til 10.000 yards. Til udgangen af januar svømmer alle i gruppen lige langt, uanset i hvilken svømmeart og på hvilken distance de senere skal i konkurrence.

Fra februar deler han gruppen op i 3 undergrupper:

1) Langdistancegruppen,
2) Medley- og specialdisciplingruppen.
3) Sprintergruppen.

Imidlertid er denne inddeling ikke en definitiv fastlåsning for den enkelte svømmer. Han anser det for nyttigt for en svømmer at skifte over en gang imellem og se, hvordan de andre arbejder.

I denne 4 måneders træningsperiode bruger han jævnlig træningskonkurrencer, i hvilke han ud fra sit kendskab til svømmerne »seeder« heatene, og den i konkurrencen opnåede tid bestemmer umiddelbart rækkefølgen, hvorved svømmeren tvinges til at svømme sig helt ud, ligesom man derved kan nå flere discipliner igennem inden for den enkelte træningskonkurrence.

I april afvikles USAs indendørs mesterskaber, og træningen sigter på at bringe svømmerne i topform hertil.

Herefter har han en træningsperiode på 3 uger, hvor deltagelsen er frivillig, men i maj begynder langdistancetræningen med sigte på udendørssæsonen.

— — —

Om sin personlige træningsmetode forklarer han, at han lægger megen vægt på den psykologiske faktor; i samtaler med den enkelte svømmer forklarer han, hvorfor træningen netop nu har den form, den har. Han tror på forandring i fart og aktivitet for at undgå, at træningen skal føles kedsommelig. Han bruger ofte træningskonkurrencer til sammenligning, d. v. s. at han anvender samme program med en eller to måneders mellemrum og sammenligner tiderne. Til trods for, at han tror på hårdt arbejde, betoner han, at han er imod anvendelse af vægte og andre modstandsapparater, idet de forårsager forstyrrelser i teknikken. Af samme grund har han ikke høje tanker om lange distancer i butterfly.

Som typisk mønster på træningen i december opstiller han følgende:

Morgenlektionen: Opvarmning i 30 minutter med 1500 y, bestående af 10×50 y benspark på 60 sekunder, 10×50 y crawl-armtag med start hvert 50. sekund, 10×50 y arme og ben med start hvert 45. sekund. Næste del kunne bestå af serier som f. eks. 10×400 y med start hvert 6. minut. Som afslutning plejer han at »køre« spurter som: 5×10 y, 10×50 y, 20×25 y.

Eftermiddagslektionen består af 1000 y »løs« svømning, 10×50 y forskellige svømmearter, 8×200 y, 30×50 y crawl med start hvert 45. sekund.

Med hensyn til serier forklarer han, at 4×800 y i et program ser afskrækkende ud for selv det største træningsfantom, og derfor ændrer han ofte serien til f. eks.: 1) 800 y, 2) 2×400 y, 3) 4×200 y, 4) 8×100 y. Han var indstillet på at bruge et hvilket som helst kneb for at få svømmerne til at arbejde hårdere, f. eks. i 8×100 y benspark at tilbyde at stryge det ene hundrede, hvis svømmeren kom under 1.30 — på betingelsen, at der blev lagt et hundrede til, hvis han kom over 1.30! En anden måde var at udvælge en svømmer til at svømme 50 m i fuld fart. Antal tiendedele på uret skulle da være det antal 50 m spurter, gruppen skulle svømme ved lektionens afslutning.

Han lægger den største vægt på viljen hos svømmerne. Det hænder, siger han, at en svømmer kommer til det punkt, hvor han tror, at han gør træneren en tjeneste. Han må da øjeblikkeligt tages op af vandet og sendes hjem. Der kan endda opstå situationer, hvor træneren tager hele gruppen op, og når mange forældre har kørt 5—6 miles, for at børnene kan komme til træning, plejer det at have en god virkning!

En lektion bør være på 2 timer; han kan da have kontakt med den enkelte svømmer, medens 1½ time bliver for hæsblæsende.

I februar, når de 3 undergrupper dannes, kommer forskellene i programmerne — hvad serierne angår — frem. Langdistancesvømmerne svømmer da 30×200 y med varierende fartindsats eller evt. 10×400 y med start hvert 6. minut. Medley- og specialdisciplingruppen svømmer samme distance, men fordelt på de fire svømmearter. Sprintergruppen svømmer 6×100 m med fuld indsats og start hvert 10. minut.

— — —

Afsluttende samles alle 3 grupper til fælles spurttræning, f. eks. 20×50 m.

(fortsættes i næste nr.).

AKVABYG A/S

Bystævnet 2 . 8520 Lystrup
Tlf. 06 - 22 22 44

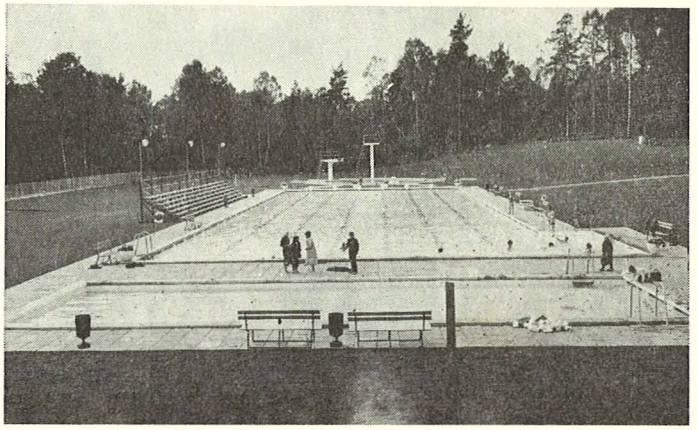
★ **Svømmehaller**
★ **Friluftssvømmeanlæg**

★ **Planlægning**
★ **Rådgivning**
★ **Projektering**
★ **Levering af komplette anlæg**

Typeprojekter med store fordele:
★ **Lave anlægsudgifter**
★ **Kort byggetid**
= **lave byggerenter**
★ **Levering til fast tid**

Rekvirér venligst nærmere oplysninger

Efter helt moderne principper anvendes prefabrikerede, patenterede bassinelementer.
Separate bassiner for konkurrence, undervisning og udspring kan kombineres efter ønske.



Vinterturneringen i Vandpolo 1969-70

(DIM1970) Spilleplan for 2. halvdel m. v.

I.	P08 — Frem	søndag	11/1	1970	Øbrohallen	kl. 12,45	Dommer:	Ole Lambert
	Hermes — Kolding	søndag	11/1	1970	Øbrohallen	kl. 13,30	Dommer:	Finn Jensen
	Triton — USG	mandag	12/1	1970	Øbrohallen	kl. 20,45	Dommer:	Hans Chr. Jensen
II.	P08 — Triton	fredag	16/1	1970	Øbrohallen	kl. 20,00	Dommer:	Hans Chr. Jensen
	USG — OSLF	lørdag	24/1	1970	Nørre Allé	kl. 17,00	Dommer:	Kaj Warming
	P08 — Kolding	søndag	25/1	1970	Øbrohallen	kl. 12,45	Dommer:	Finn Jensen
III.	OSLF — P08	lørdag	14/2	1970	Odensehallen	kl. 17,40	Dommer:	J. Lynggaard
	Frem — Hermes	lørdag	14/2	1970	Odensehallen	kl. 18,30	Dommer:	Poul Hansen
	Triton — Kolding	søndag	15/2	1970	Øbrohallen	kl. 12,45	Dommer:	Kaj Warming
IV.	Hermes — USG	torsdag	19/2	1970	Yrsabadet	kl. 20,30	Dommer:	Hans Chr. Jensen
	USG — Frem	lørdag	28/2	1970	Nørre Allé	kl. 17,00	Dommer:	Finn Jensen
	Kolding — OSLF	søndag	1/3	1970	Haderslevhallen	kl. 13,00	Dommer:	Jørn Nielsen
V.	Kolding — USG	søndag	15/3	1970	Haderslevhallen	kl. 13,00	Dommer:	Jørn Nielsen
	Triton — Frem	søndag	15/3	1970	Øbrohallen	kl. 12,45	Dommer:	Kaj Warming
	Hermes — OSLF	søndag	15/3	1970	Øbrohallen	kl. 13,30	Dommer:	Finn Jensen
IV.	OSLF — Frem	torsdag	19/3	1970	Odensehallen	kl. 20,45	Dommer:	Jørn Nielsen
	USG — P08	torsdag	19/3	1970	Nørre Allé	kl. 20,15	Dommer:	Kaj Warming
	Hermes — Triton	torsdag	19/3	1970	Yrsabadet	kl. 20,30	Dommer:	Hans Chr. Jensen
VII.	Hermes — P08	torsdag	2/4	1970	Yrsabadet	kl. 20,30	Dommer:	Finn Jensen
	OSLF — Triton	lørdag	4/4	1970	Odensehallen	kl. 17,40	Dommer:	Kaj Warming
	Frem — Kolding	lørdag	4/4	1970	Odensehallen	kl. 18,30	Dommer:	Jørn Nielsen

BEMÆRK: Kampene spilles efter samme FINA-reglement som turneringens første halvdel, men i denne anden turneringshalvdel med anvendelse af 45 sekunders reglen (se § 32b, § 92 og § 93). — I øvrigt er reglementet og de særlige bestemmelser de samme, som var gældende for turneringens 1. halvdel 1969/1970.

TURNERINGSUDVALGET

Kaj Warming. *Frede Borre.*

Dansk Svømme-Forbunds rekordtavle pr. 31. december 1969

DAMER

Kortbanerekord (25 m bane)				Distance og stilart:			Langbanerekord (50 m bane)	
				Crawl				
1.02,2	Kirsten Campbell, USG	Aalborg	1969	100 m	Gladsaxe	1969	Kirsten Campbell, USG	1.02,3
2.16,5	Kirsten Campbell, USG	Nørre Allé	1969	200 m	Gladsaxe	1968	Kirsten Campbell, USG	2.20,6
4.55,5	Kirsten Campbell, USG	Øbro	1968	400 m	Båstad	1964	Kirsten Michaelsen, Triton	5.02,5
10.04,8	Kirsten Campbell, USG	Malmø	1968	800 m	Gladsaxe	1969	Vibeke Slot Christensen, KSG	10.38,4
20.18,5	Kirsten Campbell, USG	Malmø	1968	1500 m	Gladsaxe	1968	Kirsten Campbell, USG	20.26,8
				Brystsvømning				
1.19,2	Linda Petersen, Frem Odense ..	Svendborg	1960	100 m	Gladsaxe	1969	Anne Eksten, Tåstrup	1.23,4
2.51,8	Dorrit Kristensen, AGF	Århus	1960	200 m	Rom	1960	Dorrit Kristensen, AGF	2.55,7
				Butterfly				
1.10,4	Kirsten Campbell, USG	Roskilde	1965	100 m	Gladsaxe	1969	Pia Søgaard, Vest	1.11,7
2.43,0	Pia Søgaard, Vest	Gladsaxe	1969	200 m	Gladsaxe	1968	Pia Søgaard, Vest	2.43,0
				Rygcrawl				
1.09,9	Kirsten Michaelsen, Triton.....	Malmø	1964	100 m	Tokio	1964	Kirsten Michaelsen, Triton	1.11,2
2.33,8	Kirsten Michaelsen, Triton.....	Bremen	1965	200 m	Gladsaxe	1964	Kirsten Michaelsen, Triton	2.34,1
				Individuel medley				
2.32,7	Kirsten Campbell, USG	Bonn	1969	200 m	Båstad	1968	Kirsten Campbell, USG	2.35,3
5.28,2	Kirsten Campbell, USG	Bonn	1969	400 m	Leyden	1968	Kirsten Campbell, USG	5.40,6
1.26,2	Rita Hansen, AGF	Århus	1961	**50 m fri + 50 m bj.**	Århus	1960	Rita Hansen, AGF	1.28,2
				Hold-medley				
5.10,0	Studenternes Svømmeklub USG .	Nørre Allé	1969	400 m	Gladsaxe	1968	Svømmeklubben Neptun, Randers.	5.15,2
				Holdkapsvømning				
2.03,1	Dansk Kvinde-Gymnastikforening	Øbro	1939	4×50 m crawl	Kbhvn. V.	1947	Dansk Kvinde-Gymnastikforening	2.07,0
5.23,4	Dansk Kvinde-Gymnastikforening	Yrsa	1942	10×50 m crawl			(Forbundets krav) I.T.	5.40,0
4.33,4	Dansk Kvinde-Gymnastikforening	Øbro	1940	4×100 m crawl	Gladsaxe	1960	~~Svømmeklubben Triton~~ K.F.U.M	~~4.41,8~~ 4.37,5

HERRER

Kortbanerekord (25 m bane)				Distance og stilart:			Langbanerekord (50 m bane)	
				Crawl				
0.54,6	Ejvind Pedersen, AGF	Århus	1969	100 m	Gladsaxe	1969	Ejvind Pedersen, AGF	0.56,8
2.01,8	Ejvind Pedersen, AGF	Århus	1968	200 m	Gladsaxe	1968	Ejvind Pedersen, AGF	2.07,9
4.20,0	Ejvind Pedersen, AGF	Århus	1969	400 m	Gladsaxe	1969	Ejvind Pedersen, AGF	4.31,1
9.21,7	Ejvind Pedersen, AGF	Århus	1968	800 m	Gladsaxe	1969	Ejvind Pedersen, AGF	9.27,6
18.04,2	Ejvind Pedersen, AGF	Gladsaxe	1969	1500 m	Gladsaxe	1969	Ejvind Pedersen, AGF	18.04,2
				Brystsvømning				
1.13,6	Finn Rønnow, Frem Odense	Odense	1966	100 m	Gladsaxe	1968	Kurt Rasmussen, AGF	1.15,2
2.39,1	Michael Nielsen, USG	Nørre Allé	1969	200 m	Rosendaal	1964	Benny Pedersen, Vest	2.42,9
				Butterfly				
1.03,0	John Bertelsen, Vest	Øbro	1967	100 m	Gladsaxe	1968	Lars Kraus Jensen, P08.....	1.03,9
2.28.3	Jørgen Juul Andersen, OSLF....	Århus	1964	200 m	Båstad	1964	Jørgen Juul Andersen, OSLF ...	2.33,8
				Rygcrawl				
1.01,2	Ejvind Pedersen, AGF	Aalborg	1969	100 m	Gladsaxe	1969	Ejvind Pedersen, AGF	1.03,2
2.14,3	Ejvind Pedersen, AGF	Bremen	1969	200 m	Østersund	1969	Ejvind Pedersen, AGF	2.14,6
				Individuel medley				
2.20,8	Lars Kraus Jensen, P08	Gladsaxe	1968	200 m	Gladsaxe	1968	Lars Kraus Jensen, P08.....	2.20,8
5.05,2	Ejvind Pedersen, AGF	Århus	1968	400 m	Yverdon	1968	Lars Kraus Jensen, P08.....	5.11,2
1.18,6	Bent Kvist Jensen, Århus 1900..	Århus	1964	**50 m fri + 50 m bj.**	Århus	1969	Poul Olesen, Esbjerg.....	1.19,2
				Hold-medley				
4.27,3	Aarhus Gymnastikforen. af 1880	Esbjerg	1969	400 m	Utrecht	1969	Aarhus Gymnastikforening af 1880	4.32,0
				Holdkapsvømning				
1.45,7	Odense Svømme-Klub	Vestbadet	1968	4×50 m crawl	Emmen	1969	Odense Svømme-Klub	1.49,1
4.39,4	Odense Svømme- og Livr.-Foren.	Odense	1969	10×50 m crawl	Bellahøj	1962	Gymn.- og Svømmeforen. Hermes	4.46,8
3.53,6	Svømmeklubben Vest	Aalborg	1969	4×100 m crawl	Gladsaxe	1969	Svømmeklubben Vest	4.01,1
8.58,5	Svømmeklubben Vest	Gladsaxe	1969	4×200 m crawl	Gladsaxe	1969	Svømmeklubben Vest	8.58,5

Sæsonplanerne for 1970

Nedenfor vil læserne finde en oversigt over de stævnedage, som kan have interesse, idet det dog må bemærkes, at datoerne først skal endelig godkendes af bestyrelse og repræsentantskab for de nationale begivenheder og officielt meddeles for andre landes vedkommende.

22/2	SSUs repræsentantskabsmøde i København.
25/2— 1/3	Internationale svømmekonkurrencer i Bremen.
2/3	JSUs repræsentantskabsmøde i Viborg (forslag til dagsordenen senest 16/2 til formanden).
14/3—15/3	Intern. stævne i synkrosvømning i København.
21/3—22/3	Jydske svømmemesterskaber i Aalborg.
3/4— 5/4	Åbne vesttyske mesterskaber (50 m bane i Dortmund).
11/4	Dansk Svømme-Forbunds bestyrelsesmøde.
12/4	Dansk Svømme-Forbunds repræsentantskabsmøde.
18/4—19/4	6-nationers match (store nationer).
25/4—26/4	DSFs indendørs mesterskaber i Odense (samtidig foreløbig udtagelse til landskamp mod Skotland).
12/6—15/6	Københavnsmesterskaber.
13/6—14/6	Landsfinale i aldersklassesvømning, Aarhus.
27/6—28/6	DSFs juniormesterskaber i Gladsaxe (+ event. udtagelseskampe).
6/7— 7/7	Landskamp mod Skotland i Edinburgh.
6/7—11/7	Europæiske Junior-Mesterskaber i vandpolo i Holland (født 1950 eller senere).
11/7—12/7	Tournier der Nationen, Wien (USA-deltagelse)
11/7—12/7	Jydske svømmemesterskaber i Nørresundby.
18/7—19/7	Nordiske Junior-Mesterskaber i Helsinki (født 1954 eller senere).
24/7—25/7—26/7	Danmarksmesterskaber i svømning og udspring i Århus.
31/7— 1/8—2/8	Danmarksmesterskaber i vandpolo.
1/8	DM i 800 m fri sv. og 1500 m fri sv.).
1/8— 2/8	6-nationers match (små nationer) i Belgien.
8-9/8 eller 9-10/8	Landskamp mod Israel i svømning og vandpolo i Bellahøj Bad.
18/8—19/8	Nordisk Cup i udspring i Oslo.
22/8—23/8	Damelandskamp mod Norge i svømning (Oslo)
3/9—13/9	Europamesterskaber i svømning, udspring og vandpolo i Barcelona.

Meddelelse fra Dansk Idræts-Forbund

af 27. okt. 1969 til blandt andre Dansk Svømme-Forbund:

Vedrørende start af østtyske idrætsudøvere i Danmark.

Da det flere gange er sket, at østtyske idrætsudøvere, der af danske arrangører er inviteret til Danmark, ikke har haft de fornødne papirer i orden for indrejse, når de er mødt op ved en dansk grænsestation, skal man hermed, efter at det danske udenrigsministerium har henledt opmærksomheden derpå, orientere om, hvilken fremgangsmåde der bør anvendes.

Samtidig med at invitation sendes til østtyske idrætsudøvere gennem de respektive forbund, bør den danske ansvarlige arrangør gøre opmærksom på, at det er en betingelse for, at østtyske sportsfolk kan komme ind i Danmark, at hver enkelt er i besiddelse af et *kontrolrådspas*, hvori visum kan stemples. Såvel kontrolrådspas som visum kan påregnes udstedt uden vanskelighed. *Kontrolrådspasset udstedes ved henvendelse til Allied Travel Office, 1 Berlin 30, Elsholzstrasse 32. — Ansøgning om visum til Danmark kan indgives til den danske militærmission i Berlin, 1 Berlin 30, Tiergartenstrasse 48.*

Undtagelser fra ovennævnte kan ikke ventes bevilget.

For at undgå vanskeligheder bør alle arrangører af idrætsstævner og kampe med østtysk deltagelse i egen interesse gøre forestilling om, at østtyske idrætsfolk skal anvende den anførte fremgangsmåde. — Det almindelige pas, som østtyske sportsfolk får udstedt som startsborgere i DDR, er ikke gyldig legitimation over for danske myndigheder, og et dansk visum vil ikke blive indført i et sådant pas, men alene i kontrolrådspasset.

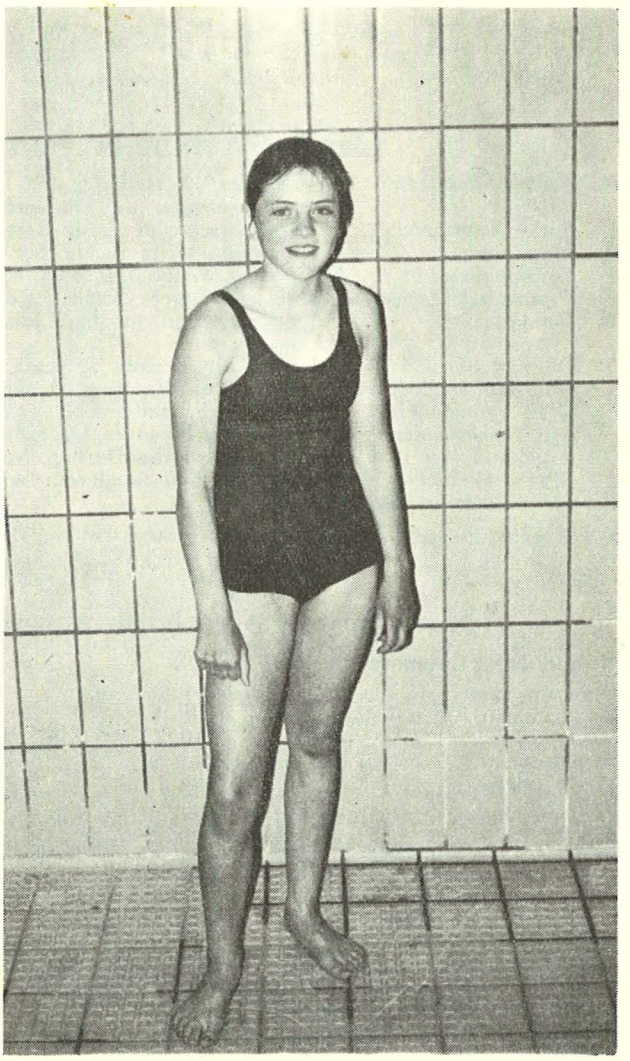
Specialforbundene bedes meddele ovenstående til deres foreninger, og i de enkelte tilfælde, hvor man er vidende om, at invitation udsendes til østtyske idrætsfolk, da henlede opmærksomheden på disse bestemmelser.

Ansøgning om materiel 1970

Der er atter for det kommende år stillet et vist beløb til rådighed for vore foreninger til indkøb af materiel, og ansøgning om at komme i betragtning skal indsendes *snarest efter den 1. januar og senest den 10. marts 1970* (bilagt foreningens regnskab for 1969 og en redegørelse for foreningens ungdomsarbejde) *gennem den stedlige union.*

MATERIEL TIL LIVREDNINGSARBEJDE kan søges gennem Dansk Livrednings-Forbund under dettes nye adresse: Bengtasvej 6, 2900 Hellerup.

MATERIEL TIL SVØMMEUNDERVISNING, herunder også VANDPOLO, søges hos Dansk Svømme-Forbund, Dyssebakken 20, 2900 Hellerup.



Marianne Fredsted, Haderslev, kun 13 år, henledte opmærksomheden på sig ved DJM og DM 1969, og vi venter godt nyt fra hende i 1970.

Hvis man ønsker „SVØMMESPORT" i 1970 - læs da nedenstående!

og benyt vedlagte postgiroblanket

Dansk Svømme-Forbunds officielle organ SVØMMESPORT tilgår alle ekstraordinære medlemmer af forbundet — og en gang om året påminder vi disse læsere. Kontingentindbetalingen, kr. 12,00, der dækker medlemsskab og ret til bladet, bedes snarest og **senest den 15. januar 1970** indbetalt til forbundets kasserer, Willy Brunghart, Sandviggaardsvej 5, 3400 Hillerød — der har postgironummeret 5 77 70 — og husk at angive navn og adresse på den, hvortil bladet skal sendes.
Det bemærkes, at foreningerne under forbundet gratis får tilstillet et eksemplar af SVØMMESPORT, idet de respektive unioner indbetaler kontingentet for deres foreninger samt for unionens bestyrelsesmedlemmer.
Hvis en forening eller andre af de her nævnte personer ønsker flere end 1 eksemplar, må disse yderligere eksemplarer betales til giro 5 77 70 med angivelse af navn og adresse på modtagerne.
Vi benytter lejligheden til at sende alle læsere og annoncører de bedste ønsker om en glædelig jul og et heldbringende nytår! REDAKTIONEN

Dansk Svømme-Forbunds bestyrelses adresser m. v.

	Forbundskontoret:	Dyssebakken 20, Hellerup, telf. (01 33) GEntofte 8620. — Træffetid som regel kl. 8—12 ugens 5 første hverdage. — Formanden personlig bedst kl. 8—9.
1.	Forbundsformand:	Ekspeditionssekretær Frede Borre, Dyssebakken 20, 2900 Hellerup, tlf. (01 33) GEntofte 8620.
2.	Næstformand:	Civilingeniør Willy Baade, Sct. Kjelds Plads 3, 2100 København Ø, tlf. (01 68) RYvang 5860.
2.	Forbundskasserer:	Fuldmægtig Willy Brunghart, Sandviggaardsvej 5, 3400 Hillerød, tlf. (03) 26 38 90.
2.	Protokolsekretær:	Vicedir., cand. merc. Knud Gleie, Nyelandsvej 76, 2000 København F, tlf. (01 36) GOthåb 7345.
2.	Redaktør:	Fuldmægtig, cand. jur. Otto Johansen, Callisensvej 31, 2900 Hellerup, tlf. (01) 14 23 32 lok. 508 (kl. 9—16).
	DSFs svømmeleder:	Orlogskaptajn Thomas Thomsen, Suensonsgade 6, 1322 København K, tlf. (01 62) PAlæ 7029.
	DSF vandpololeder:	Overlærer Kaj Warming, Danhaven 7, 2500 Valby, tlf. (01) 30 23 82.
	DSFs springleder:	Afdelingsleder Bende Velin, J. G. Schmidts Allé 31, 3., 2650 Hvidovre.
	DSFs synkroleder:	Typograf Bue Foldager, Hedeparken 177, 2750 Ballerup, tlf. (01) 97 13 02.
	Anlægsudvalget:	Arkitekt (MA) Allan Darling, Nørre Voldgade 46, 1., 1358 København K, tlf. (01 62) PAlæ 5244.
	Stævnesekretær:	Civilingeniør Leif Lundgren, Lindevej 55, 2890 Hareskov, tlf. (01) 98 84 68.

samt unionsformændene.

1) Formand for bestyrelsen samt finans- og forretningsudvalget. — 2) Medlem af finans- og forretningsudvalget.

Navn, bopæl og telefonnummer for unions- og foreningsledere

Københavns Svømme-Union:

Unionsformand	J. Juhl Bentzen	Højmarksvej 4, 2600 Glostrup	(01) 96 09 47
Livredningsarbejdets leder	Edith Olsen	Bülowsvej 44, 4. sal, 1870 Kbhvn. V.	(01) 35 79 65
Unionskasserer	Villy Christiansen	Sandkåsvej 8, 2770 Kastrup	(01) 50 57 21
Svømmeleder	Ole Olsen	Kamstrupvej 103A, 2610 Rødovre	(01) 70 71 72
Vandpololeder	Finn Jensen	Tårnblæservej 7, 2400 Kbhvn. NV	(01-72) TA 9541
Springleder	Bende Velin	J. G. Smiths Allé 31, 2650 Hvidovre.	
Synkroleder	Bue Foldager	Hedeparken 177, 2750 Ballerup	(01) 97 13 02
Dansk Kvinde-Gymnastikforening	Ellen Paul-Petersen	Rolighedsvej 13, 3460 Birkerød	(01) 81 27 45
— Korrespondance	DKGs kontor	Svømmehallen, Yrsavej, 2000 København F.	
Døves Idrætsforening	Th. Frederiksen	Ryparken 122, 2100 København Ø	(01-68) Ry 2924u
— Korrespondance	Lene Søndergaard	Langaavej 41, 2650 Hvidovre	(01) 78 99 33
Gentofte Svømmeklub	Preben Schilder	Phistersvej 11, 2900 Hellerup	(01-43) HE 5599
Gladsaxe Idræts-Forening sv.afd.	R. Lundgren Pedersen	Rundgården 23, 2860 Søborg	(01-79) SØ 5077
Gymnastik- og Idrætsforen. af 1940	Hakon Holmquist	Nansensgade 32, 4. sal, 1366 Kbhv. K	(01-28) BY 6972x
Gymnastik- og Svømmef. Hermes	Søren Korbo	Rosenørns Allé 48, 4. sal, 1970 Kbh. V	(01) 35 16 81
Herlev Idrætsf. svømmeafdeling	Knud Olsen	Turkisvej 1, 2730 Herlev.	
Idrætsforeningen Loke	Vagn Nielsen	Føllets Kvarter 23, 2750 Ballerup	(01) 97 24 85
Idrætsforeningen Sparta	Ingrid Skytte	Gadekærsvej 17, 3. sal, 2500 Valby	(01-82) VA 8498y
KFUMs gymnastikafdeling	J. J. Chr. Nielsen	Svenskelejren 12, 2700 Brønshøj	(01-23) BE 5466

Københavns Gymnastikforening	Karl Larsen	Strandboulevarden 146, 2100 Kbhv. Ø	(01) 10 28 86
Københavns Kvindelige Gymnastikf.	Inger Hansen	Junggrensvej 17, 1. sal, 2000 Kbhv. F	(01) 71 49 91
— Korrespondance	Diona Jørner	Stendyssevej 8, 2900 Hellerup	(01 - 33) GE 9026
Købmandsskolens Gymnastikforening	KSGs kontor	Jul. Thomsens Plads 6, 1925 Kbhv. V	
Landsf. af Vanføres Idr.afd. LAVIA	Allan Hein	Skeltoftevej 20, 2800 Lyngby.	
Lyngby Idrætsforening	Ingolf Rasmussen	Torsvang 111, 2800 Lyngby.	
Lyngby kvindelige Idrætsforening ..	Karen Rasmussen	Virum Stationsvej 124, 2830 Virum	(01) 84 55 11
— Korrespondance	Bente Schollert	Munkebakken 1, 2830 Virum	(01) 85 14 60
Politiets Idrætsforen. svømmeafd. ..	Kontoret	V. Voldgade 106, 4., 1552 Kbh. V.	(01) 14 14 48, lok. 897
— Korrespondance	Harry Andersen	Christiansvej 15, 1. sal, 2600 Glostrup.	
Poloklubben af 1908	Gunnar Lindemann	Tagensvej 83 E, 2. sal, 2200 Kbhv. N.	(01-72) TA 1568
Studenternes Svømmeklub USG	Bror Thomsen	Edlevej 2 B, 2900 Hellerup	(01-43) HE 1910
— Korrespondance	USG's kontor	Nørre Allé 53, 2200 København N	(01-56) NO 9198
Svømmeklubben Kvik	Andreas Johansen	Viktoriagade 24, 1655 København V	(01 - 83) VE 5425
Svømmeklubben Triton	Hans Otto Madsen	Bøndermosevej 23, 2750 Ballerup	(01) 97 79 63
Svømmeklubben Vest	Milton Varling	Rødovrevej 65, 2610 Rødovre	(01) 70 25 66
— Korrespondance	Vig. Søgaard	Hammelvej 4, 2700 Brønshøj.	(01) 91 66 96
Teknologisk Instituts Idrætsforening	Bue Foldager	Hedeparken 177, 2750 Ballerup	(01) 97 13 02
Udspringsforeningen Delfin	Birgit Weygaard	Porsevænget 17, 2800 Lyngby	(01) 98 02 09
Vikingeforeningen »Det kolde Gys«	Svend Jacobsen	Amagerbrogade 240, 2300 Kbhvn. S	(01) 55 71 13
— Korrespondance	Erik Rasmussen	Chr. Svendsensgade 5, 2300 København S.	
Vikingeforeningen »Suset«	Aage Vergo	Tovelillevej 83, 2300 København S	(01) 58 41 70
BORNHOLMS-området (som indtil videre henhører under Københavns Svømme-Union):			
Rønne Idræts-Klub	Erik Stangegaard	Sandgade 5, 3700 Rønne	(03) 95 53 72

Sjællands Svømme-Union:

Unionsformand og -kasserer	Frode Th. Holm	Algade 48, 4500 Nykøbing Sj.	(03) 41 03 72
Livredningsarbejdets leder	Frode Foldager	Brogade 16, 4100 Ringsted	(03) 61 16 11 (aften 61 15 22)
Unionssekretær	Sv. Aa. Andersen	Gærdesangervej 8, 2630 Tåstrup	(01) 99 07 15
Svømmeleder	Sv. F. Knudsen	Algade 110, 4760 Vordingborg	(03) 775 - 1564
Springleder	Per Leon Jørgensen	Ndr. Banevej 26, 3400 Hillerød	(03) 26 46 43
Vandpololeder	Ulf Olsen	Stubbedamsvej 4, 3000 Helsingør.	
Albertslund Idrætsforening	Jonna Sørensen	Nøglens Kvarter 70, 2620 Albertslund	(01) 64 77 67
Fløng Svømmeklub	Erhardt Jacobsen	Møllevej 27, Fløng, 2640 Hedehusene	(03) 382 - 1277
Glostrup Svømmeklub	Aage Wredstrøm	Vældegårdsvej 52, 2600 Glostrup	(01) 96 70 85
Haslev Idrætsforening	Kr. Nielsen	Køgevej 27, 1. sal, 4690 Haslev.	
Helsingør Svømmeklub	Arthur Christiansen	Bramstræde 2a, 3000 Helsingør	(03) 21 14 55
Herlufsholm Gymnastikf. Sv.afd. ...	Gert Kampmann	Nyborgvej 27, 4700 Næstved	(03) 72 64 04
Hillerød Svømme- og Livr.-Forening	Palle Lauritsen	Skovledet 165, 3400 Hillerød	(03) 26 28 24
Holbæk Svømmeklub	Niels Terp Hansen	Skolegade 8, 4300 Holbæk	(03) 43 36 21
Idrætsforen. »Skjold«, svømmeafd. .	Ove C. Alminde	Storevang 46, 3460 Birkerød	(01) 81 34 63
Korsør Svømme- og Livredn.-klub..	Hans Larsen	Motalavej 135, 4220 Korsør.	
Køge Svømmeklub	Holger Just Hansen	Vordingborgvej 32, 4600 Køge	(03) 65 17 08
Nykøbing Sj. Svømmeklub	Frode Th. Holm	Algade 48, 4500 Nykøbing Sj.	(03) 41 03 72
Ringsted og Omegns Svømmeklub ..	Frode Foldager	Brogade 16, 4100 Ringsted	(03) 61 16 11 (aften 61 15 22)
Roskilde Gymnastikforening	Per Hansen	Valhalvej 43, 4000 Roskilde	(03) 36 15 70
Slagelse Svømmeklub	Gustav Gergelyffy	Slotsgade 1, 4200 Slagelse	(03) 52 09 95
Sorø Svømmeklub	Gerda Schleitz Pedersen	Slagelsevej 63, 4180 Sorø	(03) 63 16 40
Tåstrup IK's svømmeafdeling	Sv. Aa. Andersen	Gærdesangervej 8, 2630 Tåstrup	(01) 99 07 15
Ugerløse Svømmeklub	Inge Jensen	Skolen, 4350 Ugerløse	(03) 488 - 199
Vordingborg Svømmeklub	Sv. F. Knudsen	Drosselvej 18, 4760 Vordingborg	(03) 775 - 1564

Lolland-Falsters Svømme-Union:

Unionsformand og svømmeleder ...	Grethe Ericksson	Skovgårdsvej 49, 4900 Nakskov	(03) 925 - 933
Livredningsarbejdets leder	Grethe Ericksson	Skovgårdsvej 49, 4900 Nakskov	(03) 925 - 933
Unionskasserer	Frode Petersen	Vestenborgallé 63, 4800 Nykøbing F.	
Vandpololeder	Bent Nicolajsen	Tollesensvej 56, 4900 Nakskov.	
Springleder	Michael Nielsen	Nr. Boulevard 26, 4800 Nykøbing F.	(03) 85 41 60
Syncroleder	Anne Grete Nissen	Skovgårdsvej 49, 4900 Nakskov	(03) 925 - 933
Maribo Svømmeforening	Willy Hansen	Suhrsgade 5, 4930 Maribo	(03) 885 - 207
Nakskov Svømme-Klub	Henning Knudsen	Nørrevænget 42, 4900 Nakskov.	
Nykøbing F. Svømmeforening.....	Arne Hindsby	Møllebakken 32, 4800 Nykøbing F.	(03) 85 41 41
Nysted Svømmeforening	Erika Stenstrup	Adelgade 49, 4880 Nysted.	
Sakskøbing Svømmeforening	Elith Richter	Møllevej 48, 4990 Sakskøbing	(03) 89 45 38
— Korrespondance	Henning Holm	Nystedvej 35, 4990 Sakskøbing	(03) 89 47 58
Stubbekøbing Svømmeforening Start	Svend Olsen	Frihedsvej 10, 4850 Stubbekøbing.	

Fyns Svømme-Union:

Unionsformand	Jørgen Nielsen	Døckerlundsvej 184, 5000 Odense	(09) 11 41 10
Livredningsarbejdets leder	N. E. Sørensen	Nyborgvej 375, 5000 Odense	(09) 14 22 91
Unionskasserer	Torben Holm	Stadionvej 30, 5000 Odense	(09) 13 58 56
Svømmeleder	Rud. Marcussen	Bellisvej 5, 5750 Ringe	(09) 62 18 55
Springleder	Helge Hansen	Jellingvej 11, 5200 Odense V	(09) 13 18 46
Vandpololeder	Poul Hansen	Gyldenstensvej 19, 5000 Odense	(09) 11 01 78
Syncroleder	Tove Bentsen	Sdr. Boulevard 38 D, 5000 Odense	(09) 12 90 00

Glamsbjerg Svømmeklub	Henny Frickmann	Stationsvej 1, 5620 Glamsbjerg	(09) 72 12 38
Gymnastikforeningen Frem	Aage Rasmussen	Dronningensgade 20, 5000 Odense	(09) 12 99 41
Odense Svømme-Klub	Else Madsen	Frederiksgade 65, 5000 Odense	(09) 12 45 79
— Korrespondance	Tommy Madsen	Frederiksgade 65, 5000 Odense.	
Odense Svømme- og Livr.-Forening	Holger Knudsen	Munkerisvej 55, 5000 Odense	(09) 11 55 19
Ringe Svømmeklub	Rud. Marcussen	Bellisvej 5, 5750 Ringe	(09) 62 18 55
Svendborg Svømme-Klub	Gyda Hansen	Bagvej 2, 5700 Svendborg.	
Vigerslev Idrætsforening	Willy Rasmussen	Udsigten 2, 5462 Morud	(09) 96 42 70

Jydsk Svømme-Union:

Unionsformand	Poul Magelund	Hj. Lorenzensvej 31, 6100 Haderslev	(04) 52 18 71
Livredningsarbejdets leder	Kaj Holm	Haandværkervej 9, 8800 Viborg	(06) 62 45 47
Unionskasserer	Gunnar Sørensen	Nøvling, 9260 Gistrup	(08) 12 04 44
Unionssekretær	Knud Jørgensen	Br. Skovvej 10, 8220 Brabrand	(06) 26 12 53
Svømmeleder	Poul Mortensen	Kærvej 2, Visse, 9250 Gug	(08) 15 17 11 - 315
Vandpololeder	Ole Lambert	Hegnet 35, Tved, 6000 Kolding	(05) 52 51 42
Springleder	Poul Magelund	Hj. Lorenzensvej 31, 6100 Haderslev	(04) 52 18 71
Aalborg Svømmeklub	Poul Mortensen	Kærvej 2, Visse, 9250 Gug	(08) 15 17 11 - 315
— Korrespondance	Erhard Jørgensen	Ivar Huitfeldtsgade 2, 9000 Aalborg	(08) 12 37 06
Aarhus Gymnastik-Forening af 1880	Børge Børgesen	Tousparken 21, 8230 Aabyhøj	(06) 15 57 36
— Korrespondance	Knud Jørgensen	Br. Skovvej 10, 8220 Brabrand	(06) 26 12 53
Aarhus Idrætsforening af 1900	Hans Østerbye	Lykkesholmsallé 12, 8260 Viby J.	(06) 14 19 74
Aarhus Studenternes Svømmeklub ..	E. Thostrup	Hjulbjergvej 18, 8270 Højbjerg	(06) 27 19 91
Aarhus Vikingeklub Jomsborg	M. Bye-Jensen	Willemoesgade 41, 8200 Aarhus N.	
Aars Svømmeklub	Peter Nielsen	9600 Aars.	
— Korrespondance	Else Lauritzen	Dr. Alexandrinesvej 3, 9600 Aars.	
Aulum Gymnastikforening	Ib Petersen	Søndergade 4, 7490 Aulum.	
Balling: Svømmeklubben »Flipper« .	Roland Baggenæs	Oddense, 7861 Balling.	
— Korrespondance	Knud Serritslev	7881 Jebjerg.	
Bjerringbro Svømmeklub	E. Hammer Pedersen	Skovbrynet 4, 8850 Bjerringbro.	
Brande Svømmeklub	Svend Gade	Nørregade, 7330 Brande.	
Brønderslev Svømmeklub	Werner Schwertfeger	Ørstedsvej 9, 9700 Brønderslev.	
Brørup Svømmeklub	P. E. Theisen	Svømmebadet, 6650 Brørup.	
— Korrespondance	Per Madsen	Søndergade 9, 6650 Brørup.	
Engesvang Svømmeklub	Jørgen Trøst	7442 Engesvang.	
Esbjerg Svømmeklub	Thorkild Hansen	Engparken 18, 6700 Esbjerg	(05) 12 82 08
Frederikshavn foren. Idrætsklubber.	Erik Steenberg	Vinkelvej 2, 9900 Frederikshavn.	
— Svømmeafd. korrespondance	Henny Sørensen	Damvej 2, 9900 Frederikshavn.	
Give Svømmeklub	Jens Hindsgavl	Rønnevej 6, 7323 Give.	
Grindsted Svømmeklub	Erik Hoegh	Fynsgade 34, 7200 Grindsted.	
Haderslev Svømmeklub	Poul Magelund	Hj. Lorenzensvej 31, 6100 Haderslev	(04) 52 18 71
— Korrespondance	Torben Dørflinger	Lemckesvej 43, 6100 Haderslev	(04) 52 51 35
Herning Gymnastikforening	Jørn Thomsen	Gl. Landevej 176, 7400 Herning	(07) 12 02 73
Hjørring Svømmeklub 68.....	Arne Lynggård Jacobsen	Gårdboesvej 6, 9800 Hjørring.	
— Korrespondance	Birtha Keinicke	Heimdalsvej 43, 9800 Hjørring.	
Holstebro Svømme-Club	Mogens Sørensen	Grundtvigsvej 27, 7500 Holstebro	(07) 42 01 25
Hovedgaard-Grumstrup Svømmeklub	Arne M. Nielsen	Grumstrup, 8732 Hovedgaard.	
Ikast Svømmeklub	Kåre Lilbæk	Rolighedsvej 18, 7430 Ikast.	
— Korrespondance	Morten Nielsen	Kildevej 19, 7430 Ikast.	
Jelling Svømmeklub	Erik Jespersen	Faarupgaard, 7300 Jelling.	
Kolding Svømme-Klub	Ole Lambert	Hegnet 35, Tved, 6000 Kolding	(05) 52 51 42
Nykøbing Mors Idrætsforening	Willy B. Petersen	Algade 13, 7900 Nykøbing M.	
— Korrespondance	Axel Andersen	Ternevej 44, 7900 Nykøbing M.	
Nr. Søby Ungd.- og Idrætsforening	Henry Vester	Nr. Søby, 7840 Højslev.	
— Korrespondance	Vita Sørensen	I. M. Hansensvej 13, Nørre Søby, 7840 Højslev.	
Randers Svømmeklub Neptun	Curt Gerlach	Mariagergade 1A, 8900 Randers	(06) 42 41 25
Ribe Svømmeklub	Jørn Brink	Øster Vedsted, 6760 Ribe.	
Silkeborg Svømmeklub	Flemming Krogstrup	Teglværksvej 5, 8600 Silkeborg.	
— Korrespondance	Carl Larsen	Bøgebjergvej 15, Virklund, 8600 Silkeborg.	
Skive Svømmeklub Poseidon	Anne-Marie Marager	Thinggade 10, 7800 Skive.	
Skjern Svømmeklub	Jørn Andersen	Østervang 6, 6900 Skjern.	
Skørping Svømmeklub	Chr. Winther	9520 Skørping	(08) 39 11 38
Struer Svømmeklub	Søren Sørensen	Rosenvænget 35, 7600 Struer	(07) 85 05 35
Støvring Svømmeklub	K. Pedersen	Engtoften 7, 9530 Støvring.	
— Korrespondance	Lillian Larsen	Enghavevej 10, 9530 Støvring.	
Svømmeklubben Nord	Ole Elkjær	Snehvidevej 10, 9400 Nr. Sundby	(08) 17 33 85
Sæby Svømmeklub	Iver Jensen	Emilievej 21, 9300 Sæby.	
Sønderborg Svømmeklub	G. Jørgensen	Asgårdsvej 12, Lunden, 6430 Nordborg.	
Toftlund Idrætsforening	Alfred Poulsen	Margrethevej 1, 6520 Toftlund.	
— Korrespondance	Mogens Jepsen	Præstevænget 4, 6520 Toftlund.	
Tønder Sportsforenings Svømmeafd.	Hans Andersen	Østergade 14, 6270 Tønder	
— Korrespondance	Betty Schneider	Nørremarksvej 12. 2. sal, 6270 Tønder.	
Varde Gymnastikforening	A. Enevoldsen	Nørregade, 6800 Varde.	
Vejen Svømmeklub	Erna Sefsieck	Smedegade 18, 6600 Vejen	(05) 36 09 31
Vejle Svømmeklub Triton	Vagn Mikkelsen	Søndermarksvej 37, 7100 Vejle	(05) 81 29 81
Viborg Svømmeklub	Alfred Pedersen	Vesterrisvej 8, 8800 Viborg	(06) 71 15 65
Videbæk Svømmeklub	P. C. Nielsen	Politistationen, 6920 Videbæk.	
Vildbjerg Sportsforen. svømmeafd..	Erik Stefansen	Rolighedsvej 1, 7490 Aulum.	
Vojens Svømmeklub	Niels Bülow Wendel	Danmarksgade 5, 6500 Vojens.	
Øster Hurup Svømmeklub Neptun..	Birger Wittrup	9582 Øster-Hurup.	